

# Coeliaque GROUPE DE SOUTIENS DU QUÉBEC



## Meet Our New Editor Alexandra Blasetti-Kuhn

Diagnosed with celiac disease at age 12, Alexandra was born in Canada and raised in Argentina. She participated in two celiac camps, which highlighted the importance of life in nature and education about celiac disease, while fostering long-lasting friendships. Her mother also has celiac disease and is a volunteer with the local Celiac Association in Patagonia. « I met Margaret 4 years ago when I had just arrived in Canada. Her passion for a healthy lifestyle and involvement with the celiac association deeply resonated with me. I'm happy now to assist her with the newsletter. »

## Présentation de notre nouvelle rédactrice

Diagnostiquée avec la maladie cœliaque à l'âge de 12 ans, Alexandra est née au Canada et a grandi en Argentine. Elle a participé à deux camps pour personnes cœliaques, qui ont mis en valeur l'importance de la vie en nature et de l'éducation sur la maladie cœliaque, tout en favorisant des amitiés durables. Sa mère est également atteinte de la maladie cœliaque et est bénévole auprès de l'Association cœliaque locale en Patagonie. « J'ai rencontré Margaret il y a 4 ans, lorsque je venais tout juste d'arriver au Canada. Sa passion pour un mode de vie sain et son implication dans l'association de la maladie cœliaque m'ont profondément interpellée. Je suis maintenant heureuse de l'appuyer avec l'infolettre. »

## Chat hour

**April 21st on Zoom at 8pm**

Thinking of treats for warmer days! Theme: Managing the Gluten-Free Diet as BBQ time approaches. Those newly diagnosed and their parents and families are especially invited to attend.

Register here:

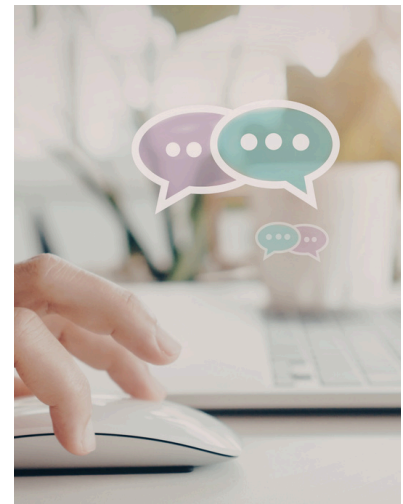
<https://linktr.ee/celiacquebec>

## Coeur à Coeur

**21 avril sur Zoom à 20 h**

Envie de petites gâteries pour les journées plus chaudes! Thème: Gérer l'alimentation sans gluten à l'approche de la saison du BBQ. Les personnes nouvellement diagnostiquées, ainsi que leurs parents sont particulièrement invitées à participer. Inscrivez-vous ici :

<https://linktr.ee/celiacquebec>



JOIN OUR COMMUNITY!  
CONTACT US

[quebecsupportgroup@celiac.ca](mailto:quebecsupportgroup@celiac.ca)  
[www.celiacquebec.ca](http://www.celiacquebec.ca)  
[www.celiac.ca](http://www.celiac.ca)



## Celiac Awareness Month May 2026 at MUHC

We will kick off Celiac Awareness Month 2026 with a display table on **Friday, May 1st from 10 am to 3 pm** and will be joined by a representative from Coeliaque Québec. Many thanks to the collaboration of the Chef de service de nutrition clinique (sites adultes) at the MUHC. We will be just above the main cafeteria in the Royal Victoria building. Enter by the ground floor and then climb a short staircase leading up from the cafeteria to find us at the top.

### May 5th Parliamentary Breakfast hosted by Celiac Canada

Have you invited your local Federal MP yet? Here is the link to email an invitation and to find their email address:

<https://www.ourcommons.ca/Members/en/search?view=tile>

Facebook: <https://www.facebook.com/share/p/1DXhvWWGb5/>

### Kids Teach Kids Day on May 13

Get set to celebrate—register for Kids Teach Kids, a fun, nationwide day where kids take the lead in teaching their friends and schools all about celiac disease. We'll send you digital toolkit with everything you need to take part. Be part of the excitement this May!

A big thanks to O'Doughs for supporting this initiative! <https://www.celiac.ca/kids-teach-kids/>

## Sensibilisation à la maladie cœliaque Mai 2026 au CUSM

Nous lancerons le Mois de la sensibilisation à la maladie cœliaque 2026 avec un kiosque d'information **le vendredi 1er mai de 10 h à 15 h**, en présence d'un représentant de Coeliaque Québec. Un grand merci à la chef de service de nutrition clinique (sites adultes) du CUSM pour sa collaboration. Nous serons situés juste au-dessus de la cafétéria principale, dans l'édifice Royal Victoria. Entrez par le rez-de-chaussée, puis montez le petit escalier qui part de la cafétéria pour nous trouver à l'étage.

### Déjeuner parlementaire du 5 mai organisé par Celiac Canada

Avez-vous déjà invité votre député fédéral local? Voici le lien pour lui envoyer une invitation ainsi qu' pour trouver son adresse courriel :

<https://www.ourcommons.ca/Members/en/search?view=tile>

Facebook: <https://www.facebook.com/share/p/1DXhvWWGb5/>

### Les enfants enseignent aux enfants le 13 mai

Préparez-vous à célébrer — inscrivez-vous à Les enfants enseignent aux enfants, une journée nationale amusante où les jeunes prennent les devants pour sensibiliser leurs amis et leur école à la maladie cœliaque. Nous vous enverrons une trousse numérique contenant tout ce dont vous avez besoin pour participer. Joignez-vous à l'enthousiasme ce mois! Un grand merci à O'Doughs pour son soutien à cette initiative! <https://www.celiac.ca/kids-teach-kids/>



**Celiac Canada is our parent body.** If you are newly diagnosed with celiac disease Sign Up at [www.celiac.ca](http://www.celiac.ca) for their free newly-diagnosed program to help you get started.

**Celiac Canada est notre organisme parent.** Si vous avez récemment reçu un diagnostic de maladie cœliaque, inscrivez-vous au programme gratuit pour les personnes nouvellement diagnostiquées sur [www.celiac.ca](http://www.celiac.ca).

**The Quebec Support Group** can offer one-on-one peer support for the newly-diagnosed, including for their caregivers and/or families

**Le Groupe de soutien du Québec** peut offrir un accompagnement individuel aux personnes nouvellement diagnostiquées, ainsi qu'à leurs proches et/ou aidants.

Our shared calendar of events that will give you constantly updated information on our support group activities and events.

Notre calendrier d'activités partagé vous permet d'avoir accès à des informations mises à jour en continu sur les activités et événements de notre groupe de soutien.

<https://linktr.ee/ceciacquebec>

## « Step Up For Celiac » fundraiser October 2026

### Team Quebec Support Group for Celiac Canada

Once again this October, we will be hosting our annual fundraiser, Step Up for Celiac. This year, we're excited to introduce a slightly different format, with more details to be announced soon. The event will most likely take place in Montreal and will include a 5km walk, along with visits to some of the city's gluten-free bakeries.

## General Information hub

**Information on if you can claim the extra cost of gluten-free food on your taxes.** If you have not yet filed for 2025, visit:  
<https://www.celiac.ca/incremental-medical-tax/>

**New information for parents of a child diagnosed with celiac disease.** If you are receiving welfare payments as a family and have a child diagnosed with celiac disease - speak with your agent about a new supplementary allowance for the extra cost of the child's gluten-free food.

## Collecte de fonds octobre 2026

### L'équipe du Groupe de soutien du Québec pour Celiac Canada

Encore une fois cette année en octobre, nous organiserons notre collecte de fonds annuelle Step Up for Celiac. Cette année, nous sommes heureux de proposer un format légèrement différent — plus de détails seront annoncés bientôt. L'événement aura très probablement lieu à Montréal et comprendra une marche de 5 km, ainsi que des visites dans certaines des meilleures boulangeries sans gluten de la ville.

## Carrefour d'information générale

**Information sur la possibilité de réclamer les coûts supplémentaires des aliments sans gluten dans vos impôts.** Si vous n'avez pas encore produit votre déclaration de revenus 2025, consultez :  
<https://www.celiac.ca/fr/credit-dimpot-pour-couts-medicaux/>

**Nouvelles informations pour les parents d'un enfant diagnostiqué avec la maladie cœliaque.** Si vous recevez de l'aide sociale en tant que famille et que votre enfant a reçu un diagnostic de maladie cœliaque, parlez à votre agent d'une nouvelle allocation supplémentaire pour couvrir le coût additionnel des aliments sans gluten pour votre enfant.



## The Celiac Sugar Shack was a great success!

The Sugar Shack event, organized by Geoff Funnell with help from Jo-Anne Garrett, was a great success, with 41 attendees! Stay tuned for next year's event!

## La cabane à sucre coélique a été un grand succès!

L'événement de la cabane à sucre, organisé par Geoff Funnell avec l'aide de Jo-Anne Garrett, a été un grand succès, avec 41 participants! Restez à l'affût pour l'événement de l'an prochain!

## Camp Celiac: Summer 2026 Registrations open!

Developed in Partnership Program with Camp Davern, Camp Celiac is a gluten-free camp experience for campers aged 7 to 15. Location: 3555, Bolingbroke Road, Maberly, Ontario. To reserve call (613) 770 5100 or email [info@campceliac.ca](mailto:info@campceliac.ca). For more information visit <https://www.campceliac.ca/>

## été 2026 inscriptions ouvertes!

Développé dans le cadre d'un partenariat avec le Camp Davern, le Camp Celiac est une expérience de camp sans gluten destinée aux jeunes de 7 à 15 ans. Lieu: 3555, chemin Bolingbroke, Maberly, Ontario. Pour réserver, appelez au (613) 770-5100 ou écrivez à [info@campceliac.ca](mailto:info@campceliac.ca). Pour plus d'information, visitez <https://www.campceliac.ca/>



## Argentine Recipe: Cold popato & vegetable tortilla

### Ingredients for an Argentine Tortilla

- Boiled potatoes
- Eggs
- Onion
- Bell pepper or zucchini
- Olive oil and salt

### Instructions

- 1.Sauté the onion and vegetables. Add the sliced potatoes.
- 2.Add the beaten eggs and cook over low heat for approximately 5 minutes on each side. Let it cool before serving.
- 3.Optional: You can serve it with a good salad that includes leafy greens, tomato, corn, and cream cheese. An ideal option for summer!

## Recette Argentine: tortilla froide de pommes de terre & légumes

### Ingrédients pour une tortilla argentine

- Pommes de terre bouillies
- Œufs
- Oignon
- Poivron ou courgette
- Huile d'olive et sel

### Préparation

- 1.Faites revenir l'oignon et les légumes, puis ajoutez les pommes de terre en tranches.
- 2.Ajoutez les œufs battus et faites cuire à feu doux environ 5 minutes de chaque côté. Laissez refroidir avant de servir.
- 3.Optionnel : Servez avec une bonne salade comprenant des légumes, des tomates, du maïs et du fromage à la crème. Une option idéale pour l'été !